



5がつこんだてひょう



		1日(水)	2日(木)	3日(金)
		ごはん さけ しおや 鮭の塩焼き きき 苺わかめ ミートボール ツナとチンゲン菜 <small>さい</small> の炒め物 <small>いため</small> フルーツ(黄桃) <small>おうとう</small>	ミルクパン チキントマトオムレツ フライドポテト きのことマカロニのソテー イタリアンサラダ フルーツ(パイン)	
6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
休日	ふりかけごはん(さけ) ぎゅうにく 牛肉コロッケ ポイルキャベツ ごもく 五目ひじき えだまめ 枝豆とコーンのサラダ フルーツ(黄桃) <small>おうとう</small>	しお ふた 塩だれ豚バラ丼 フライドスイートポテト だいにん 大根サラダ フルーツ(パイン)	ナポリタン とりにく てりや 鶏肉の照焼き ブロッコリーと大豆 <small>だいず</small> のマヨあえ フルーツ(みかん)	チーズパン ささみフライ ふたにく に 豚肉のトマト煮 ほうれん草 <small>そう</small> のソテー フルーツ(りんご)
13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
ごはん やきにく 焼肉 ポイルキャベツ きき 苺わかめのきんぴら パンプキンサラダ フルーツ(黄桃) <small>おうとう</small>	チョコチップパン チーズコロッケ ほうれん草 <small>そう</small> ソテー スクランブルエッグ インゲンのツナあえ フルーツ(パイン)	ごはん ゆーりんちー 油淋鶏 ごもく やさいいた 五目野菜炒め あおな 青菜ともやしのナムル フルーツ(みかん)	チキンカレー しろみざかな 白身魚フライ マカロニサラダ フルーツ(りんご)	ふりかけごはん(おかか) とうふ 豆腐のかにあんかけ きゅうりとひじきの中華 <small>ちゅうが</small> サラダ プチアメリカンドッグ フルーツ(黄桃) <small>おうとう</small>
20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
まーぼーさいめん 麻婆菜麺 はるまき 春巻 シュウマイ ポテトサラダ フルーツ(パイン)	ごはん ふたにく 豚肉とじゃが芋 <small>いも</small> の揚げ煮 に がんも煮 チンゲン菜 <small>さい</small> のおかかあえ フルーツ(みかん)	マーブルパン クリームシチュー ミニハンバーグ ブロッコリーのバター <small>しゅう</small> 醤油炒め フルーツ(りんご)	ごはん すきや すき焼き風煮 ちくわ 竹輪のカレー揚げ あ きゅうりの塩昆布 <small>しおこんぶ</small> あえ フルーツ(黄桃) <small>おうとう</small>	ごはん とりにく からあ 鶏肉の唐揚げ チョコレギサラダ もやしとピーマンのソテー フルーツ(パイン)
27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
ふりかけごはん(たまご) しろみざかな 白身魚のチリソース はるまき 春雨サラダ やさい 野菜のごまあえ フルーツ(みかん)	カレーライス えび 海老はんぺんフライ わかめとツナのサラダ フルーツ(りんご)	ごはん ごもくたまご 五目卵焼き ブロッコリー なすと竹輪 <small>ちくわ</small> のみそ炒め <small>いた</small> ウインナーポテト フルーツ(黄桃) <small>おうとう</small>	ごまパン ハンバーグきのこソース マカロニソテー はくさい とりにく 白菜と鶏肉のコンソメ煮 <small>に</small> さつま芋 <small>いも</small> サラダ フルーツ(パイン)	ごはん すふた 酢豚 れんこん <small>いん</small> そぼろ炒め かにしゅうまい フルーツ(みかん)